

献立表

| 日付 | 午前おやつ | 主食 (未満児) | 昼食 (全園児) | 午後おやつ (全園児) | 材 料 名(◎は午前おやつ ○は午後おやつ) | | |
|-----|-----------|----------------|---|-------------------|--|--------------------------------------|---|
| | | | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの |
| 2月 | みかん | ごはん | チンジャオロース ツナサラダ ワタンスープ | ☆アメリカンドック | 米 マヨネーズ 油 ワンタン 三温糖 ○油 | 豚肉 牛肉 ツナ 鶏肉 ○アメリカンドック | 人参 ピーマン 生姜 たけのこ ねぎ キャベツ 玉ねぎ もやし コーン レモン汁 ◎みかん |
| 3火 | 塩せんべい | 恵方巻 未:ちらし寿司 | いわしの生姜煮 南瓜煮 えのきとうす揚げのすまし汁 | 根昆布あられ | 米 マヨネーズ 三温糖 | いわし カニカマ ツナ うす揚げ 鶏肉 のり 桜でんぶ | 南瓜 人参 玉ねぎ えのき 白菜 かんぴょう しいたけ れんこん きゅうり |
| 4水 | ウエハース | ごはん | ちくわのあんからめ 春雨サラダ かきたま汁 | ☆フルーツ ヨーグルト和え | 米 片栗粉 三温糖 春雨 | ちくわ 鶏肉 豆腐 卵 ハム ○ヨーグルト | 人参 玉ねぎ いんげん えのき きゅうり キャベツ ○バナナ バイン缶 みかん缶 |
| 5木 | カリポテ | ごはん | 魚の竜田揚げ スパゲティサラダ コーンスープ | 野菜スティック | 米 マヨネーズ スパゲティ 油 片栗粉 | たら ハム | キャベツ 人参 きゅうり コーン もやし 玉ねぎ 生姜 |
| 6金 | 卵不使用ビスケット | ごはん | 豚肉と大根の甘辛煮 青菜のごま和え 焼き豆腐のみそ汁 | 牛乳かりんとう 未:せんべい | 米 三温糖 | 豚肉 うす揚げ 練りごま 焼き豆腐 ちくわ みそ | 人参 大根 生姜 ねぎ もやし ほうれん草 白菜 |
| 7土 | 花花せんべい | ゆかりごはん | チャプチェ 麩のすまし汁 | お菓子 | 米 おつゆ麩 春雨 ごま油 油 | 豚肉 わかめ | 人参 玉ねぎ エリンギ ピーマン にんにく |
| 9月 | クラッカー | かやくうどん | 鶏の照り焼き 切干大根のサラダ かやくうどん汁 | ☆麩ラスク | うどん 三温糖 ごま油 ごま ○おつゆ麩 | 鶏肉 かまぼこ うす揚げ ツナ ○バター | キャベツ 人参 切干大根 生姜 きゅうり しいたけ 玉ねぎ |
| 10火 | ビスコ | ごはん | ウインナーと玉ねぎのかき揚げ 野菜の甘酢和え 大根とうす揚げのみそ汁 | チーズ | 米 薄力粉 三温糖 ○おつゆ麩 | ウインナー ハム ごま うす揚げ 卵 ちくわ みそ ○チーズ | 大根 人参 玉ねぎ キャベツ もやし コーン きゅうり |
| 12木 | 根昆布あられ | 中華丼 | 中華丼 もやしのナムル にらとコーンのスープ | オレンジ | 米 片栗粉 ごま油 三温糖 | 豚肉 えび ハム | 人参 玉ねぎ ねぎ コーン 生姜 にんにく もやし 小松菜 にら ○オレンジ |
| 13金 | 卵不使用ビスケット | ごはん | 鮭のみそ焼き 人参きんぴら 玉ねぎのすまし汁 | ☆ココアプリン | 米 ごま油 油 こんにゃく 三温糖 おつゆ麩 | 鮭 豚肉 うす揚げ みそ ○牛乳 ココアプリンの素 | 人参 いんげん 玉ねぎ 白菜 えのき |
| 14土 | 野菜スティック | 和風パスタ | 和風パスタ わかめスープ | お菓子 | スパゲティ | ウイニー わかめ | 人参 玉ねぎ エリンギ コーン チンゲン菜 |
| 16月 | ウエハース | ごはん | 豚肉の生姜焼き 大根サラダ なめこ汁 | せんべい | 米 油 ごま油 | 豚肉 ツナ 豆腐 みそ ごま | 人参 玉ねぎ 大根 生姜 きゅうり なめこ 小松菜 |
| 17火 | 塩せんべい | ポークカレーライス | ポークカレー 福神漬けと野菜の和え物 | クラッカー | 米 油 じゃがいも ルウ | 豚肉 豆乳 ごま | 人参 コーン 玉ねぎ キャベツ もやし きゅうり 福神漬け にんにく |
| 18水 | ビスコ | ごはん | 南瓜のそぼろあんかけ きゅうりともやしの和え物 めった汁 | プリン | 米 油 片栗粉 三温糖 じゃがいも さつまいも | 鶏肉 豚肉 みそ 厚揚げ わかめ しらす ○プリン | 南瓜 玉ねぎ 人参 いんげん ごぼう きゅうり もやし みかん 白菜 |
| 19木 | 花花せんべい | ごはん | ハムとピーマンの卵焼き ブロッコリーサラダ レタススープ | ☆ごはんおやき | 米 ごま油 ○米 | 卵 ハム ベーコン 生クリーム チーズ ○しらす チーズ | ピーマン ブロッコリー きゅうり キャベツ レタス もやし 玉ねぎ 人参 コーン |
| 20金 | 根昆布あられ | ごはん | 鶏肉のオレンジ焼き キャベツと人参のサラダ 卵スープ | ココアスティック | 米 マヨネーズ | 鶏肉 ツナ 卵 | 人参 キャベツ 玉ねぎ もやし マーメイドジャム きゅうり コーン |
| 21土 | 塩せんべい | ごはん | じゃがいものそぼろ煮 バナナ | お菓子 | 米 じゃがいも 三温糖 油 | 豚肉 | 人参 玉ねぎ いんげん バナナ |
| 24火 | チーズ | ごはん | 豆腐ハンバーグ野菜あんかけ 小松菜とベーコンの炒めもの じゃがいものみそ汁 | きなこせんべい | 米 じゃがいも 片栗粉 三温糖 | 乳卵不豆腐ハンバーグ ベーコン みそ わかめ ◎チーズ | 人参 玉ねぎ 生姜 小松菜 コーン |
| 25水 | 花花せんべい | ごはん | 魚のおろし煮 カラフル納豆和え 豆腐のすまし汁 | ☆みそクッキー | 米 三温糖 ○ホットケーキミックス | たら 納豆 カニカマ チーズ 豆腐 ○バター みそ | 大根 生姜 人参 きゅうり えのき 玉ねぎ ほうれん草 白菜 |
| 26木 | クラッカー | 食パン | クリームシチュー コールスローサラダ | ☆お好み焼き | 食パン ホワイトソース じゃがいも シチューミックス マヨネーズ ○お好み焼き粉 マヨネーズ | 鶏肉 ハム 牛乳 ○かつお節 青のり えび | 人参 玉ねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン ブロッコリー ○キャベツ |
| 27金 | 野菜せんべい | ビビンバ丼 | 焼肉ビビンバ丼 茹でブロッコリー もやしのスープ | バナナ | 米 油 マヨネーズ 三温糖 | 豚肉 牛肉 卵 ごま | 人参 ほうれん草 ブロッコリー 玉ねぎ コーン にんにく もやし |
| 28土 | 塩せんべい | かつおごはん | 野菜炒め 人参スープ | お菓子 | 米 油 | 豚肉 | 人参 玉ねぎ キャベツ エリンギ もやし コーン にんにく |

3日(火) 恵方巻が出るので、幼児組主食いりません。
 3日(火) 未満児組は、『恵方巻』→『ちらし寿司』になります。
 3日(火) ふたば・つくし組は、『いわしの生姜煮』→『煮魚(白身)』になります。
 17日(火) ふたば・つくし組は、『カレー』→『ハヤシライス』になります。

※☆は手作りおやつの日です。
 ※牛乳は毎日付きます。 ふたば・つくし組 … 午前1回、午後1回 / たんぽぽ(2月より)・幼児組 … 午後1回
 ※都合により献立、材料を変更する場合があります。